

МЕСТО СПОРТА В УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТА

¹Газизова Р.Р., ²Ионов А.А.

¹НГЛУ им. Добролюбова Н.А.;

²Филиал Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, Набережные Челны, e-mail: yprof@yandex.ru

В системе физического воспитания большое место занимает спорт. Это объясняется особой деятельностью спорта как средства и метода физического воспитания, его популярностью, неуклонно возрастающей общекультурной и престижной значимостью в современном мире. Основу спорта составляет специфическая соревновательная деятельность.

Спорт – собственно соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, а также специфические межличностные отношения и поведенческие нормы, складывающиеся на основе этой деятельности. Отличительной особенностью спорта является обязательный соревновательный компонент.

Во всем мире спорт развивается в основном по двум направлениям: общедоступный спорт (массовый) и спорт высших достижений.

Общедоступный (массовый) спорт включает студенческий спорт, профессионально-прикладной спорт, физкультурно-кондиционный спорт, оздоровительно-рекреационный спорт. Во многих странах мира эти разновидности включены в движение «Спорт для всех», охватывающее миллионы занимающихся.

Спорт высших достижений – деятельность, направленная на удовлетворение интереса к определенному виду спорта, на достижение высоких спортивных результатов, на повышение собственного престижа, престижа команды, а на высшем уровне – престижа Отечества. В спорте высших достижений выделяют ряд направлений: супердостиженческий спорт (цель – выступление на Олимпийских играх, чемпионатах мира и др. крупных соревнованиях); профессиональный спорт (цель – успешное выступление в кубковых и коммерческих соревнованиях); профессионально-коммерческий спорт.

Спорт имеет большое социальное значение. Занятия спортом на всю жизнь прививают трудолюбие, упорство, чувство долга, обостренное чувство времени, целеустремленность. Все эти качества являются большим подспорьем в жизни, науке, работе. Эти бесценные психологические качества в сочетании с богатым ситуационным опытом у молодого еще человека дает спорт. Приобретенные качества позволяют, зачастую, в профессиональной области догнать и перегнать сверстников на жизненной дистанции.

Большой спорт предполагает участие в соревнованиях, цель которых победить, установить рекорд, занять призовое место или выполнить требования, необходимые для присвоения спортивного звания. Критерием эффективности являются победы на международных соревнованиях.

Массовый спорт тоже включает соревнования, но их цель иная – стимуляция двигательной активности. Спортивный результат в этом случае является показателем физической подготовленности. Отличительная черта массового спорта – доступность широким массам взрослого населения.

Критерий оценки эффективности – широта охвата населения занятиями спортом, регулярность тренировок, уровень физической подготовленности, личный спортивный результат.

Для оценки уровня спортивной подготовленности существует Единая Всероссийская спортивная клас-

сификация, которая обновляется один раз в четыре года. По каждому виду спорта в ней представлены требования и спортивные результаты, которых необходимо достичь, чтобы спортсмену был присвоен разряд от третьего юношеского до мастера спорта международного класса, в зависимости от показанного результата. За особо выдающиеся спортивные достижения присваивается звание «заслуженный мастер спорта».

Кроме традиционных, существуют национальные виды спорта, культивируемые в различных регионах нашей страны (лапта, городки, прыжки через нарты, борьба на кушаках, метание аркана на точность, метания топора и др.).

Основным структурным звеном студенческого спорта является спортивный клуб. Его задачи – вовлечение в занятия физической культурой и спортом, организация и проведение физкультурно-массовых мероприятий, создание команд по видам спорта, пропаганда физической культуры и спорта, организация спортивных лагерей, регистрация рекордов университета. Студенческое спортивное общество называется «Буревестник». Студенческие соревнования проводятся на различных уровнях – от первенства института до Универсиады – всемирных студенческих игр.

ДИНАМИКА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ И МОРФОФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ В ГОДИЧНОМ ЦИКЛЕ БАСКЕТБОЛИСТОК УТГ-4

Гиззатуллина Н.А., Софронов Н.Н.

Филиал Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, Набережные Челны, e-mail: yprof@yandex.ru

Современная подготовка баскетболистов – сложный педагогический процесс, которым должен управлять тренер. Для управления системой подготовки баскетболиста и команды в целом тренеру необходимо знать и умело применять в своей деятельности основные функции управления. К таким функциям относятся планирование, материально-техническое обеспечение, организация, педагогический контроль, учет и информация. Основным звеном управления тренировкой является планирование тренировочного процесса.

Планирование подготовки баскетболистов и баскетбольных команд основано на общих принципах и методах, применяемых в отечественной системе спортивной тренировки. Оно требует разносторонних знаний и практического опыта, так как является интегрированной функцией управления, определяющей не только содержание подготовки, но и всю систему управления этим процессом. При этом следует стремиться к творческой переработке передового опыта и знаний об объективных взаимосвязях между организацией тренировки и ростом достижений.

Мы предполагаем, что направленность и содержание учебно-тренировочного процесса в различные периоды макроцикла (переходный, подготовительный и соревновательный) определяет достоверные различия в уровне физического развития и физической подготовленности баскетболисток УТГ-4. В годичном цикле тренировки наблюдается динамика показателей физического развития баскетболисток УТГ-4. При этом наиболее высокие темпы изменения показателей физического развития имеют место в подготовительном периоде, в соревновательном периоде выявлено некоторое снижение темпов изменений, что

вероятно обуславливается направленностью учебно-тренировочного процесса в исследуемых периодах.

У баскетболисток УТГ-4 установлено, что в различные периоды макроцикла имеет место разный уровень показателей физической и технической подготовленности. Наибольших показателей физической и технической подготовленности исследуемые баскетболистки достигают к середине соревновательного периода. При этом в подготовительном периоде выявлены наибольшие темпы изменения показателей физической и технической подготовленности.

К ВОПРОСУ ИНТЕГРАЛЬНОЙ ТРЕНИРОВКИ У ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ

¹Джиоев А.Ю., ²Денисенко Ю.П.

¹Филиал Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, Набережные Челны, e-mail: yprof@yandex.ru;

²Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма, Казань

Уровень интегральной подготовленности в футболе является решающим фактором результативности. Проблема подготовки юных футболистов является одной из наиболее важных в современной спортивно-педагогической науке, так как в юношеском возрасте закладываются основы физической, технической, тактической, психологической и теоретической подготовленности. При этом темпы прироста показателей имеют разнонаправленное развитие (А.П. Золотарев, 1997; Г.С. Лалаков, 1998; М.А. Годик, 2006; Г.В. Монаков, 2007).

Эффективность организации тренировочного процесса у юных футболистов, во многом зависит от решения проблемы использования игровых упражнений в сочетании с различными видами подготовок, реализуемых по интегральному принципу на специально-подготовительном этапе (Э.М. Ривера, 1995; А.П. Золотарев, 1997; С.Ю. Тюленков, 2007).

Реализация методики интегральной подготовки на специально-подготовительном этапе спортивной тренировки юных футболистов позволяет добиться высокого уровня развития игрового мышления футболистов, которое эффективно влияет на решение тактических задач спортсменом. Это объясняется тем, что устойчивость сформированных качеств на протяжении всего годичного цикла подкрепляется и синтезируется за счет применения упражнений игрового характера. Данные упражнения также позволяют эффективно сформировать высокий уровень объема внимания и волевых способностей (П.П. Колупанов, 2010).

Использование комплекса избирательных игровых упражнений позволяют добиться всестороннего развития физических качеств, функциональных возможностей, технического мастерства, психологических и интеллектуальных возможностей, что положительно сказывается на поддержании высокого игрового ритма и темпа в процессе всего матча. Процесс спортивной тренировки юных футболистов на этапе начальной специализации целесообразно строить с преимущественным использованием методики интегральной подготовки, т. к. именно она позволяет комплексно решать задачи спортивной тренировки по развитию функциональных, физических показателей, уровня технико-тактической подготовленности, психологических и интеллектуальных способностей – что позволяет добиться высоких спортивных результатов.

ОПТИМИЗАЦИЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ХОККЕИСТОВ

¹Донец Н.Б., ²Денисенко Ю.П.

¹Филиал Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, Набережные Челны, e-mail: yprof@yandex.ru;

²Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма, Казань

Проблема оптимизации методики специальной скоростно-силовой подготовки, разработка новых, более эффективных средств и методов тренировки юных хоккеистов является одной из актуальных задач теории и практики хоккея.

Основной тенденцией развития современного хоккея является повышение его интенсивности и силовой направленности, т.е. увеличение темпа игры, быстроты выполнения технических приемов, количества и жесткости силовых единоборств, проводимых в высоком темпе на любом участке хоккейного поля. Это предьявляет высокие требования к физической подготовке хоккеистов настоятельно требует постоянного поиска новых, все более эффективных средств и методов подготовки хоккеистов.

В современном хоккее особое значение приобретает скоростно-силовая подготовленность, являющаяся одним из важных факторов повышения мастерства и специальной работоспособности хоккеистов.

Анализ современного состояния, скоростно-силовой подготовки юных хоккеистов по мнению следователей, показал, что имеется резерв и потенциальные возможности к повышению уровня развития их скоростно-силовых способностей (А.С. Денисенков, 2005; Р.Г. Ишматов, 2007). Одной из причин, негативно влияющей на подготовку хоккейных резервов, следует считать недостаточную разработанность методики развития специальных скоростно-силовых качеств юных хоккеистов (В.П. Савин, 2003).

Таким образом в целях дальнейшего совершенствования подготовки высококвалифицированных хоккеистов, ликвидации имеющихся отставаний и достижения высоких результатов необходимо рационализировать методику скоростно-силовой подготовки с тем, чтобы с меньшими тратами времени и энергии добиться большего эффекта.

ОСОБЕННОСТИ КОНТРОЛЯ В ПОДГОТОВКЕ ЮНЫХ ХОККЕИСТОВ

Зиганшин Н.С.

Филиал Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, Набережные Челны, e-mail: yprof@yandex.ru

В многолетней подготовке педагогический контроль целесообразно использовать в процессе длительных систематических наблюдений за состоянием физического развития и подготовленностью спортсменов. Основными методами педагогического контроля являются систематизированные педагогические наблюдения и контрольные упражнения, характеризующие различные стороны подготовленности спортсменов и степень напряженности физиологических функций, обеспечивающих их максимальное проявление. Более того, применение различных форм комплексного контроля в годичном цикле дает возможность индивидуализировать тренировочный процесс, повышать эффективность подготовки юных спортсменов, определять их пригодность и перспективность в конкретном виде спорта на основе установления уровня физического развития, уровня развития различных сторон подготовленности, темпов